

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU**



**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar S1 Psikologi Islam (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama  
UIN Raden Intan Lampung



Oleh :

**Rima Hidayanti**  
**1531080210**

**PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI ISLAM**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1443 H / 2021 M**

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar S1 Psikologi Islam (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama  
UIN Raden Intan Lampung



**Pembimbing I : Ahmad Irfan Muzni. M.Psi. Psikolog**  
**Pembimbing II : Faisal Adnan Reza. S.Psi. M.Psi. Psikolog**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN**  
**LAMPUNG**  
**1443 H / 2021 M**

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU

Oleh  
**Rima Hidayanti**  
**1531080210**

Kematangan emosi sangat dibutuhkan oleh mahasiswa perantau agar memiliki penyesuaian diri yang baik. salah satu faktor yang menimbulkan kurangnya penyesuaian diri pada mahasiswa perantau adalah kematangan emosi, kematangan emosi merupakan suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan individu tersebut tidak lagi menampilkan pola emosional seperti anak-anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan kematangan emosi pada mahasiswa perantau. Terdapat hipotesis yang diajukan, terdapat hubungan antara Penyesuaian Diri Dengan Kematangan Emosi Pada Mahasiswa Perantau. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang meliputi, skala penyesuaian diri sebanyak 40 aitem, skala kematangan emosi 40 aitem. Teknik analisis yang digunakan adalah tehnik analisis *korelasi Product moment* yang dibantu dengan *SPSS 25.0 for windows*. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswa/i Perantau Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Subjek yang digunakan sebanyak 140 mahasiswa/i perantau yang diambil menggunakan teknik *cluster random sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan  $R_{xy} = 0,569$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,01$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau. Nilai Koefisien Korelasi yang diperoleh, Hasil tersebut memberikan sumbangan efektif sebesar 33,5% yang menunjukkan hubungan positif signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Sisa 66,5% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya meliputi : faktor fisiologis, faktor psikologis yang mencakup faktor pengalaman, seperti: persepsi, kematangan emosi, harga diri dan lain-lain, faktor belajar, determinasi diri, dan faktor konflik. Sedangkan faktor eksternal meliputi kematangan sosial, moral, lingkungan, agama dan budaya

**Kata Kunci:** *Penyesuaian Diri, Kematangan Emosi*



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat : Letkol H. Indro Suratmien Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703531 780421

**PERSETUJUAN**

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan  
Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau

Nama : Rima Hidayanti

NPM : 1531080210

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah  
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Ahmad Irfan Muzni, M.Psi, Psikolog Faisal Adnan Reza S.Psi, M.Psi, Psikolog

Mengetahui

Ketua Prodi Psikologi Islam

Abdul Oohar, M.Si

NIP.197103122005011005





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat : Letkol H. Indro Suratmien Sukarane Bandar Lampung Telp. (0721) 703531 780421

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Dengan Mahasiswa Perantau**. Disusun oleh: **Rima Hidayanti, NPM: 1531080210**. Prodi: **Psikologi Islam**, Fakultas: **Ushuluddin dan Studi Agama**, telah dimunaqasyahkan pada hari, tanggal: **Senin, 10 Mei 2021**

**TIM DEWAN PENGUJI**

**Ketua : Abdul Qohar M.Si**

**Sekretaris : Annisa Fitriani S.Psi, M.A**

**Penguji Utama : Drs. M. Nursalim Malay M.Si**

**Penguji Pendamping I : Ahmad Irfan Muzni M.Psi, Psikolog**

**Penguji Pendamping II : Faisal Adnan Reza S.Psi. M.Psi. Psikolog**

**DEKAN**

**Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**



**Dr. H. M. Afif Ansori, M.Ag.**

**NIP. 196003131989004**

## PEDOMAN TRANSLITERASI

*Transliterasi* Arab-Latin digunakan sebagai pedoman yang mengacu pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

### 1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	' (Koma terbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	` (Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	<u>H</u>	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

### 2. Vokal

Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap	
ـَ	A	جَدَلْ	ا	Â	سَارَ	يُ...	Ai
ـِ	I	سَنِلْ	ي	Î	قَيْلْ	وُ...	Au
ـُ	U	ذَكِرْ	و	Û	يَجُورَ		

### **3. Ta Marbutah**

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

### **4. Syaddah dan Kata Sandang**

Transliterasi tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : al-Markaz, al-Syamsu.



## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

*Assalamu'alaikum wr.wb*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rima Hidayanti  
NPM : 1531080210  
Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau” merupakan hasil karya peneliti dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dengan sebenar-benarnya.

*Wassalamu'alaikum wr.wb*

**Bandar Lampung, 22 Maret 2021**  
**Yang menyatakan,**

A handwritten signature in black ink is written over a rectangular revenue stamp. The stamp is yellow and red, with the text 'METERAI TEMPEL' at the top, a serial number 'CA000AFF737098264' in the middle, and '6000 ENAM RIBU RUPIAH' at the bottom. The signature is written in a cursive style.

**Rima Hidayanti**  
**1531080210**



## MOTTO

وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَا تَنَازَعُوا فَتَفْشَلُوا وَتَذْهَبَ رِيحُكُمْ وَاصْبِرُوا إِنَّ

اللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿٤٦﴾

*Dan taatlah kepada Allah dan Rasul-Nya dan janganlah kamu berbantah-bantahan, yang menyebabkan kamu menjadi gentar dan hilang kekuatanmu dan bersabarlah. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.*

(QS.Al-Anfaal:46)



## PERSEMBAHAN

Segenap rasa syukur dan terimakasih ku persembahkan skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tuaku yang sangat ku sayangi , Ayah Suardi dan Ibu Endang Ambulanti terimakasih atas segala yang ibu dan ayah berikan untuk rima, yang telah membesarkan, mendidik, serta membimbing rima dengan penuh ketulusan, perhatian dan kasih sayang serta yang selalu mendo'akan yang terbaik untuk rima dan senantiasa menemani setiap langkah rima untuk mencapai cita-cita. Tanpa do'a dan dukungan kalian rima tidak ada apa-apanya.
2. Kepada kakak dan adikku Mas Anton, Mba Rivka, Mba Eka, Dek Oki terimakasih atas kasih sayang, perhatian serta selalu memberikan semangat kepadaku agar tidak mudah menyerah dan yang selalu mendukungku untuk menjadi penyemangatku agar segera menyelesaikan tugas akhir ini..
3. Untuk keponakanku Almer, Akmal, Cheryl,Nafisa, Daffa,Rizki, Adiba yang menjadi pelengkap kebahagiaan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Almamater tercintaku Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, tempat menempuh studi dan menimba ilmu pengetahuan, semoga menjadi Perguruan Tinggi yang lebih baik kedepannya.

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama peneliti Rima Hidayanti, dilahirkan di Kotabumi pada tanggal 20 Februari 1998. Peneliti merupakan anak ketiga dari 3 bersaudara dari pasangan bapak Suardi dan Ibu Endang Ambulanti. Alamat tempat peneliti di Jl. Raya Makarti No. 17 Way Abung III. Kecamatan Bunga Mayang Lampung Utara. Berikut riwayat pendidikan peneliti:

1. TK Darma Wanita, Lulus pada tahun 2003
2. SDN 01 Mulyorejo 1, Lulus pada tahun 2009
3. SMPN 01 Bunga Mayang, Lulus pada tahun 2012
4. MAN 01 Lampung Utara, Lulus pada tahun 2015

Setelah lulus dari Sekolah Menengah Atas tepatnya pada tahun 2015, peneliti terdaftar sebagai mahasiswi pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT. yang telah memberikan nikmat, Ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan salam semoga selalu tercurah kan kepada Nabi Muhammad SAW. yang kita harapkan syafa'atnya nanti dihari akhir.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. **Bapak Prof. Dr. H. Muhammad Mukri, M.Ag**, selaku rektor UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimba ilmu pengetahuan di kampus tercinta UIN Raden Intan Lampung.
2. **Bapak Dr. H. M. Afif Ansori, M.Ag** selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
3. **Bapak Abdul Qohar, M.Si** selaku Ketua Prodi Psikologi dan Ibu **Annisa Fitriani, S.Psi, MA** selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan motivasi penuh kepada peneliti.
4. **Bapak Ahmad Irfan Muzni M.Si, Psikolog** selaku dosen pembimbing I dan **Bapak Faisal Adnan Reza S.Psi, M.Psi, Psikolog** selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk mendampingi peneliti dan memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
5. **Bapak Dr. Abdul Aziz Lc, MA** selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam hal permasalahan perkuliahan dari semester awal sampai semester akhir.



6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang telah mendidik serta memberikan ilmu kepada peneliti selama perkuliahan.
7. Sahabat dari SMA yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini yaitu Elifia Lestari dan Nurreny, terkhusus keluarga XII IPS 1 yang selalu memberikan semangat.
8. Sahabat yang dari awal masuk kuliah hingga saat ini Annisa Anggraeni, Fitriyanti Setyo Ningrum, Kurnia Maharani, Robitoh Intan Natika, Sahaji Margareta Indarti, Septiyanah, Widya Lisnawati. Terimakasih atas waktu yang telah kita lalui saat suka, duka tangis tawa bersama. Serta yang selalu menemani, mendukungku agar terselesaikan nya tugas akhir ini. Semoga persahabatan ini sampai akhir hayat hidup kita.
9. Teman-teman seperbimbingan Annisa Anggraeni, Anggi Lucyana, Amir Ma'ruf, Dinda, Nafila, Dwi Nektaviani, Galistara Kusuma Ningrum, Iyopisa Marlina, Nurhadi, Fajar Mandasari. yang selalu memberikan semangat dan menjadi teman seperjuangan ketika bimbingan.
10. Keluarga besar Psikologi Islam angkatan 2015 khususnya pada kelas B tempatku menuntut ilmu dibangku perkuliahan yang telah memberikan kenangan indah tak terlupakan terimakasih atas dukungan, semangat sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini
11. Adik-adik Psikologi angkatan 2019 yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi skala penelitian ini.
12. Teman-Teman KKN 57 yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk memenuhi salah satu tugas kuliah.

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI.....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>viii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	 <b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	7
C. Manfaat Penelitian .....	7
1. Manfaat Teoritis.....	7
2. Manfaat Praktis.....	7
D. Kajian Penelitian Terdahulu .....	8
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	 <b>11</b>
A. Penyesuaian Diri .....	11
1. Pengertian Penyesuaian Diri.....	11
2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri .....	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	13
4. Penyesuaian Diri Menurut Islam .....	16
B. Kematangan Emosi .....	18
1. Pengertian Kematangan Emosi.....	18
2. Aspek-aspek Kematangan Emosi .....	19
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kematangan Emosi .....	20

C. Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri .....	21
D. Kerangka Berpikir.....	24
E. Hipotesis .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
B. Definisi Operasional.....	27
C. Subjek Penelitian.....	28
1. Populasi .....	28
2. Sampel .....	28
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	28
D. Metode Pengumpulan Data .....	29
E. Validitas dan Reliabilitas.....	31
F. Teknik Analisis Data .....	31
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
A. Orientasi Kacah dan Hasil Penelitian.....	33
1. Orientasi Kacah .....	33
2. Persiapan Penelitian.....	34
3. Pelaksanaan <i>tryout</i> .....	37
4. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	37
5. Penyusunan Skala Penelitian .....	39
B. Pelaksanaan Penelitian .....	39
1. Penentuan Subjek Penelitian.....	39
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data .....	40
3. Skoring.....	40
C. Analisis Data Penelitian .....	40
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian .....	40
2. Kategori Skor Variabel Penelitian .....	41
3. Uji Asumsi .....	43
4. Uji Hpotesis .....	44
D. Pembahasan.....	46
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>49</b>
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran.....	49

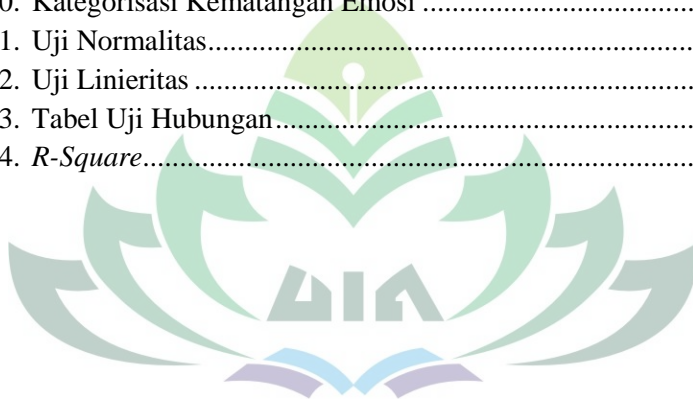
1. Bagi Mahasiswa Perantau.....	49
2. Bagi Pengelola Perguruan Tinggi.....	49
3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	





## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Mahasiswa Psikologi Islam UIN Raden Intan Lampung Angkatan 2019.....	28
2. Blue Print Skala Penyesuaian Diri .....	30
3. Blue Print Skala Kematangan Emosi .....	30
4. Aitem Skala Penyesuaian Diri .....	36
5. Aitem Skala Kematangan Emosi .....	37
6. Aitem Gugur &Valid Skala Penyesuaian Diri .....	38
7. Aitem Gugur &Valid Skala Kematangan Emosi .....	39
8. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian.....	41
9. Kategorisasi Penyesuaian Diri .....	42
10. Kategorisasi Kematangan Emosi .....	42
11. Uji Normalitas.....	43
12. Uji Linieritas .....	44
13. Tabel Uji Hubungan.....	45
14. <i>R-Square</i> .....	45



## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Rancangan Kedua Skala Penelitian
2. Distribusi Data Uji Coba (*Try Out*)
3. Distribusi Setelah Data Uji Coba (*Try Out*)
4. Uji Prasyarat Analisis
5. Tabulasi Data Penelitian
6. Hasil Uji Asumsi
7. Hasil Uji Hipotesis
8. Deskriptive Statistik Dan Hasil Ketiga Kategorisasi Skala
9. Surat Perizinan Penelitian
10. Kartu Konsultasi
11. Dokumentasi Penelitian
12. Plagiarism Turnitin



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Mahasiswa merupakan seseorang yang belajar di perguruan tinggi, di dalam struktur pendidikan di Indonesia mahasiswa memegang status pendidikan tertinggi diantara yang lain. Mahasiswa sendiri adalah perkumpulan makhluk sosial yang berasal dari berbagai daerah yang datang untuk menimba ilmu, menambah teman baru, mencari pengalaman, serta untuk meningkatkan potensi dan kemampuan yang dimiliki agar kelak dapat bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain.

Usia mahasiswa untuk strata satu (S1) pada umumnya berkisar antara 18-25 tahun, dalam kategori psikologi berada pada masa remaja akhir dan mulai memasuki dewasa awal. Pada masa ini individu masih sering menampilkan ketidak dewasaan, masih terombang-ambing dan tergantung kepada orang lain (Nurhayati, 2011). Pada masa ini individu dituntut untuk mulai hidup mandiri. Individu pada masa ini juga sudah mulai memiliki pandangan tentang masa depan yang lebih realistis, diwujudkan dengan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Tetapi perguruan tinggi yang diinginkan mungkin tidak didapatkan di daerah sendiri, sehingga harus merantau ke daerah lain. Mahasiswa perantau umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih pada bidang yang diinginkan (Nurhayati, 2018).

Mahasiswa harus berhadapan dengan lingkungan, situasi, serta bertemu orang-orang baru yang berbeda dari tempat tinggal asal daerah kelahiran mereka. Mahasiswa khawatir menghadapi kondisi yang baru, hal ini sering disebut dengan adanya permasalahan penyesuaian diri. Penyesuaian diri menjadi permasalahan umum yang ditemui pada mahasiswa baru. Hampir seluruhnya berkaitan dengan penyesuaian pada situasi baru di perguruan tinggi. Penyesuaian diri sendiri merupakan proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi 2 kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Suatu proses psikologi sepanjang hayat (*life long process*) dan manusia akan terus menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat (Fatimah, 2010).

Proses penyesuaian diri diperlukan ketika seseorang memasuki situasi dan kondisi lingkungan yang baru, dan kondisi lingkungan yang baru tentu saja akan dialami oleh mahasiswa (Sobur, 2009). Proses penyesuaian diri tidak terlepas dari mahasiswa perantau yang menghadapi situasi dan kondisi lingkungan baru yang mau tidak mau dituntut untuk melakukan penyesuaian diri yang lebih baik.

Berdasarkan pemaparan diatas tercantum dalam firman Allah SWT surat Al-Baqarah:286 :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ ۚ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۚ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۚ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Artinya: Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami: ampunilah kami: dan rahmatilah kami: Engkaulah penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir. ( QS: Al-Baqarah:286)

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada ayat tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa Allah tidak akan membebani suatu permasalahan diluar batas kemampuan setiap manusia itu sendiri, meskipun permasalahan itu dianggap berat bagi manusia namun semua itu mampu untuk diselesaikan dengan selalu berusaha agar mendapatkan jalan keluar. Ketika seseorang mampu melakukan yang terbaik dimana ia berada maka sebenarnya mampu untuk menyesuaikan diri dengan baik, dalam firman Allah swt diatas telah



diserukan bahwa setiap manusia yang mampu melakukan kebbaikannya sesuai dengan syariat islam. Hal ini terkait dengan penyesuaian diri dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa dimanapun dia berada dituntut untuk menyesuaikan diri. Sehingga individu mampu memperoleh ketenangan dimasa yang akan datang.

Menurut Santrock mahasiswa perantau juga dianggap sebagai usaha pembuktian kualitas diri sebagai orang dewasa yang mandiri dan tanggung jawab dalam membuat keputusan. (dalam Lingga & Tuapattinaja, 2012). Selain itu mahasiswa perantau dihadapkan pada berbagai perubahan dan perbedaan diberbagai aspek kehidupan, seperti pola hidup, interaksi sosial, serta tanggung jawab terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan sehingga dituntut untuk menyesuaikan diri. Santrock (dalam Lingga & Tuapattinaja, 2012).

Saat kita memasuki perguruan tinggi maka otomatis akan dihadapkan oleh berbagai macam perubahan dan saat itu pula mahasiswa dituntut hidup agar dapat mencapai pribadi sehat sekaligus mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan baru manapun. Seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang efektif, mampu untuk mencapai tingkat keakraban yang cocok dalam membina hubungan sosialnya. Mereka biasanya mampu dan selalu merasa nyaman ketika berinteraksi dengan orang lain sekaligus mampu mengelola serta membangun hubungan dengan orang lain. Selain itu, mereka pun akan menjadikan orang-orang di sekitarnya nyaman dengan keakraban tersebut.

Seperti fenomena kasus penyesuaian diri mahasiswa perantau yang terjadi pada mahasiswa Lampung angkatan 2016 yang merantau di salah satu kampus Universitas Muhammadiyah Surakarta (Karmiana, 2016) menyatakan bahwa merasa sedih dan rindu dengan keluarga, selain itu merasa kesepian ketika pertama kali jauh dari orang tua, kemudian kendala bahasa serta mahasiswa rantau merasa tidak betah karena belum menemukan teman dekat diperantauan.

Terkait dengan fenomena di atas sebagaimana hasil wawancara mahasiswa psikologi yang dilakukan peneliti pada tanggal 15 April 2019. Terdapat dua mahasiswa baru yang merupakan mahasiswa perantuan dari daerah yang berbeda-beda, dari hasil wawancara yang di peroleh dari subjek A, bahwa subjek A masih mengalami masalah kurang mampu mengarahkan diri untuk

berinteraksi pada orang-orang yang ada dilingkungan kosannya, subjek A menerangkan alasan dirinya kurang berinteraksi dan bersosialisasi pada lingkungan barunya tersebut di karenakan cara berperilaku, dan sikap yang dilakukan oleh orang-orang yang ada dilingkungan kosannya sebagian besar berbeda dengan cara ia berperilaku, seperti orang kost-kostan yang suka menyuruh, dan terkadang berbahasa dengan kata-kata kasar dan asal-asalan, tidak mampu menghargai perasaan orang lain hal ini yang membuat subjek A kurang pandai untuk mengarahkan dirinya, dan melakukan penyesuaian pada hal-hal yang baru subjek alami. Sedangkan pada subjek B seperti subjek suka berprasangka buruk terhadap temannya, dan subjek juga menerangkan bahwa dirinya belum mampu mengekspresikan emosinya dengan baik pada teman-temannya seperti cepat marah pada hal-hal kecil atau mudah tersinggung. subjek juga menerangkan bahwa sulit bercerita pada teman-temanya dari apa yang sedang subjek rasakan seperti sedang sedih, kesal dan sebagainya, hal tersebut dikarenakan alasannya subjek masih butuh penyesuaian dan mengenal lebih jauh teman-teman barunya. Dari hasil wawancaranya dapat disimpulkan bahwa keadaan subyek kurang memiliki gambaran diri yang positif, kurang dapat mengekspresikan emosi dengan baik, serta kurang memiliki hubungan interpersonal dengan baik.

Untuk itu, Fitriyani (2008) menyatakan bahwa penyesuaian diri sangat diperlukan oleh mahasiswa perantauan, karena mahasiswa perantauan menghadapi perubahan di lingkungan baru yang berbeda adat, norma, dan kebudayaan, sehingga penyesuaian diri yang baik dibutuhkan agar diterima oleh masyarakat sekitar. Kemampuan menyesuaikan diri setiap mahasiswa perantau berbeda tergantung pada berbagai faktor menurut Sunarto (Hartono, 2008) antara lain : kondisi fisik, perkembangan dan kematangan meliputi kematangan intelektual, sosial, moral, emosi.

Terkait dengan penjelasan dan permasalahan-permasalahan di atas, banyak hal atau faktor yang dapat mempengaruhi atau terjadi kurangnya penyesuaian diri pada mahasiswa perantau, salah satunya adalah kematangan emosi, sebagaimana Yusuf dan Sugandhi (2011) mengungkapkan bahwa kematangan emosi memiliki peran yang sangat penting, mahasiswa perantau yang matang secara emosional lebih dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Kematangan emosi

merupakan kemampuan untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri, perasaan untuk menerima diri sendiri dan orang lain, serta mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif.

Walgito (2010) mengatakan bahwa kematangan emosi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan masalah secara obyektif pada seseorang yang dipengaruhi oleh kematangan emosi yang dimiliki. Seseorang yang memiliki kematangan emosi yang baik, akan mampu menerima keadaan, baik diri sendiri maupun orang lain, tidak impulsive, dapat mengontrol dan mengekspresikan emosi secara baik, bersikap sabar serta memiliki tanggung jawab yang baik.

Pemamparan di atas sejalan dengan hadist yang menjelaskan bagaimana untuk mengendalikan emosinya ketika marah , yaitu pada Hadist Malik sebagai berikut :

و حَدَّثَنِي عَنْ مَالِكٍ عَنْ ابْنِ شَهَابٍ عَنْ سَعِيدِ بْنِ الْمُسَيَّبِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ

Artinya: *"Telah menceritakan kepadaku Malik dari [Ibnu Syihab] dari [Sa'id bin Musayyab] dari [Abu Hurairah] berkata, "Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Orang yang kuat bukanlah kuat dalam perkelahian. Namun orang yang kuat adalah orang yang dapat mengendalikan jiwanya ketika marah." (HR. Malik No : 1409).*

Menurut Hurlock kematangan emosi merupakan ekspresi emosi yang bersifat konstruktif dan interaktif. Individu yang telah mencapai kematangan emosi ditandai oleh adanya kemampuan dalam mengontrol emosi, mampu berpikir realistik, memahami diri sendiri, dan mampu menempatkan emosi di saat dan tempat yang tepat. Sejalan dengan bertambahnya kematangan emosi seseorang maka akan berkuranglah emosi negatif. Bentuk-bentuk emosi positif seperti rasa sayang, suka, dan cinta akan berkembang jadi lebih baik. Perkembangan bentuk emosi yang positif tersebut memungkinkan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan menerima dan membagikan kasih sayang untuk diri sendiri maupun

orang lain. Untuk mencapai kematangan emosi, mahasiswa perantau harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Adapun caranya adalah membicarakan berbagai masalah pribadinya dengan orang lain ataupun teman sebayanya. (dalam Susilowati, 2013).

Dalam agama islam kematangan diri seseorang ditunjukkan oleh perilaku-perilaku yang baik terhadap lingkungan sekitar, yang telah menjadi tuntutan manusia dengan manusia dalam bermasyarakat. Perilaku-perilaku tersebut ditunjukkan pada ayat yang dijelaskan bahwa seseorang yang matang adalah mereka yang rendah hati, sopan dan santun serta berperilaku positif yang tidak merugikan orang lain, seperti yang dijelaskan dalam surat Q.S Yunus:72 :

فَإِنْ تَوَلَّيْتُمْ فَمَا سَأَلْتُمْ مِنْ أَجْرٍ ۖ إِنَّ أَجْرِي إِلَّا عَلَى اللَّهِ ۖ وَأُمِرْتُ أَنْ  
أَكُونَ مِنَ الْمُسْلِمِينَ

Artinya: *“Jika kamu berpaling dari (peringatanku), aku tidak meminta upah sedikit pun darimu, upahku tidak hanyalah dari allah belaka dan aku disuruh supaya aku termasuk golongan orang-orang yang berserah diri kepadanya “(Q.S Yunus:72)*

Dalam perspektif islam, kematangan diri seseorang dapat digambarkan dengan sikap yang positif dan memberikan dampak yang positif pula baik pada dirinya sendiri maupun pada orang lain.

Tidak hanya digambarkan dengan perilaku yang baik saja. Pribadi yang matang akan cenderung memaafkan kesalahan orang lain yang mana dalam islam disebutkan bahwa antara orang islam yang satu dengan yang lainnya adalah saudara.

Kajian al-Qur'an tentang emosional tidak terbatas pada telaah karakter, tapi juga faktor. Faktor emosi diterangkan di dalam ayat-ayat al-Qur'an sejalan dengan kenyataan dan dinamika kehidupan manusia itu sendiri. Sementara hasil penelitian dari ayat-ayat kauniyah yang kemudian menjadi teori psikologi.

Ungkapan al-Qur'an tentang emosi biasanya berupa gambaran tentang perilaku manusia dalam suatu situasi tertentu. Untuk menghadapi era globalisasi sekarang ini, manusia membutuhkan Al-



Qur'an sebagai petunjuk untuk menghadapi berbagai tantangan hidup, tidak terkecuali dunia pendidikan.

Dalam ilmu jiwa, akar dari emosi merupakan ketidak puasan terhadap sesuatu. Emosi memegang peranan penting dalam kehidupan manusia. Emosi merupakan daya terampuh yang dimiliki manusia

Emosi : Tinjauan Al-Qur'an dan Relevansinya sehingga dapat memberikan warna kepada kepribadian seseorang, aktivitas, penampilan bahkan kesehatan jiwanya. Emosi merupakan penyambung hidup bagi kesadaran diri dan kelangsungan diri secara mendalam, menghubungkan diri sendiri, dengan orang lain serta dengan alam dan kosmos, (Segal & Nilandari, 2000).

Berdasarkan uraian diatas yang dapat ditarik rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau ?

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Secara umum diharapkan dapat memberikan manfaat pada kemajuan dan memperkaya wawasan ilmu psikologi
- b. Menambah informasi yang berguna, khususnya pada bidang psikologi perkembangan agar lebih memperhatikan bahwa kematangan emosi merupakan faktor yang penting dalam perkembangan remaja, terutama dalam hal penyesuaian diri dengan lingkungan yang berbeda.

### **2. Manfaat Praktis.**

- a. Bagi Mahasiswa Perantau

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pentingnya kematangan emosi dalam proses penyesuaian diri mahasiswa perantau, sehingga diharapkan bagi mahasiswa perantau agar dapat mengendalikan emosi dan agar dapat menerima dirinya dengan baik serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar tempat tinggalnya.

b. Bagi Pengelola Perguruan Tinggi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi dunia pendidikan maupun perguruan tinggi dalam upaya untuk memotivasi para mahasiswa agar dapat menyesuaikan diri di lingkungan sekitar tempat tinggal yang baru serta mampu mengendalikan emosi dengan wajar sehingga dapat diterima di kalangan kampus maupun di masyarakat.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, pertimbangan, bahan masukan, serta acuan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian sejenis.

#### **D. Kajian Penelitian Terdahulu**

Terkait penjelasan di atas bahwa salah satu faktor yang menimbulkan kurangnya penyesuaian diri pada mahasiswa perantau adalah kematangan emosi, hal ini sebagaimana diperkuat oleh hasil penelitian terdahulu, yang dilakukan oleh Shafira (2015) tentang hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa merantau. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka akan semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Karmiana (2016) tentang hubungan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau asal lampung hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri.

Sedangkan pada penelitian dari Aridhona (2017) terkait penyesuaian diri yang ditinjau dari dua variabel yaitu kecerdasan spiritual dan kematangan emosi pada remaja mengungkapkan bahwa ada hubungan positif yang berarti semakin baik kecerdasan spiritual dan kematangan emosi remaja maka semakin baik pula dengan penyesuaian diri pada remaja.

Kemudian penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fitri Rahmawati (2017) tentang hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan pada remaja

penyandang cacat tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta. Berdasarkan analisis data yang diperoleh koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = 0,512$ , sehingga hipotesis yang diajukan dapat diterima. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan pada remaja penyandang cacat tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta, yang artinya semakin tinggi kematangan emosi pada subjek maka akan semakin tinggi pula penyesuaian dirinya terhadap lingkungan.





## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Penyesuaian Diri**

##### **1. Pengertian Penyesuaian Diri**

Menurut Kamus Psikologi penyesuaian diri adalah variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan, serta menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial. (Chaplin, 2011).

Sedangkan menurut Hurlock (2009) Penyesuaian adalah seberapa jauh kepribadian individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat. Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam memenuhi salah satu kebutuhan pokok psikologis dan mampu menerima dirinya serta menikmati hidupnya tanpa jenis konflik dan mampu menerima kegiatan sosial serta mau ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di dalam lingkungan sekitarnya.

Sementara itu Gerungan (2010) berpendapat bahwa penyesuaian diri berarti mengubah diri dengan keadaan lingkungan disebut penyesuaian diri yang *autoplastis* (dibentuk sendiri), dan mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan atau keinginan diri, disebut juga dengan penyesuaian diri yang *alloplastis* (yang lain). Jadi penyesuaian diri ada artinya “pasif” dimana kegiatan seorang ditentukan lingkungan, dan artinya yang “aktif” dimana seseorang mempengaruhi lingkungan.

Menurut Ghufro dan Risnawati (2010) penyesuaian diri adalah salah satu aspek penting yang harus dimiliki manusia untuk menguasai perasaan yang tidak menyenangkan atau tekanan dari dalam maupun luar lingkungan, upaya untuk menyeimbangkan antara kebutuhan dan tuntutan lingkungan, serta menyelaraskan hubungan individu dengan lingkungan secara lebih luas.

Jika seseorang mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain secara umum ataupun terhadap kelompoknya, dan memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan berarti ia telah diterima oleh kelompok atau lingkungannya. Dengan kata lain, orang itu mampu menyesuaikan sendiri dengan baik terhadap lingkungannya (Santrock, 2011).

Berdasarkan pemaparan berbagai pendapat diatas maka peneliti menyimpulkan bahwasanya penyesuaian diri adalah proses yang terjadi secara terus menerus yang dilakukan oleh diri sendiri, kepada orang lain, maupun lingkungan dimana seorang individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri sendiri maupun dari luar yang dihadapinya serta bagaimana individu untuk mencapai keselerasan dan keseimbangan terhadap keadaan lingkungan yang bertujuan untuk terciptanya suatu hubungan yang serasi dengan lingkungannya.

## **2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri**

Menurut Albert & Emmons (dalam Kumalasari & Ahyani, 2012) penyesuaian diri memiliki empat aspek yang terdiri dari :

- a. *Self Knowledge* dan *Self Insight* yaitu kemampuan dalam memahami dirinya sendiri bahwa dirinya memiliki kelebihan dan kekurangan. Hal ini dapat diketahui dengan pemahaman emosional pada dirinya, yang berarti adanya kesadaran akan kekurangan disertai dengan sikap yang positif terhadap kekurangan tersebut maka akan menutupinya.
- b. *Self Objectivity* dan *Self Acceptance* bersikap realistis setelah mengenal dirinya sehingga mampu menerima keadaan dirinya.
- c. *Self Development* dan *Self Control*, mampu mengarahkan diri, menyaring rangsangan-rangsangan dari luar, ide-ide, perilaku, emosi, sikap, dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri dapat mencerminkan individu tersebut matang dalam menyelesaikan masalah kehidupannya.
- d. *Satisfaction*, menganggap bahwa segala sesuatu yang dikerjakan merupakan pengalaman yang apabila tercapai keinginannya maka menimbulkan rasa puas dalam dirinya.

Runyon & Haber (dalam Ningrum, 2013) menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu yang memiliki lima aspek :

- a. Persepsi terhadap realitas, individu mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup dan menginterpretasikannya, sehingga mampu menentukan tujuan realitas sesuai dengan kemampuannya serta mampu mengenali konsekuensi dan tindakannya agar dapat menuntun perilaku yang sesuai.

- b. Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan, individu mampu mengatasi masalah-masalah yang timbul dalam hidup dan mampu menerima kegagalan yang dialami.
- c. Gambaran diri yang positif, yaitu berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri.
- d. Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, individu memiliki ekspresi emosi dan kontrol emosi yang baik dan tidak berlebihan.
- e. Hubungan interpersonal yang baik, berkaitan dengan hakikat individu sebagai makhluk sosial yang sejak lahir tergantung pada orang lain. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu membentuk hubungan dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwasanya aspek-aspek dari penyesuaian diri meliputi *self-knowledge* dan *self-insight* yaitu kemampuan dalam memahami dirinya sendiri, *self-objectivity* dan *self-acceptance* yaitu bersikap realistis, *self-development* dan *self-control* yaitu mampu mengarahkan diri terhadap tingkah laku yang sesuai, dan aspek *satisfaction* yaitu menganggap bahwa segala sesuatu yang dikerjakan merupakan pengalaman.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri**

Proses penyesuaian diri ditentukan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Sunarto dan Hartono (2013: 229), penyesuaian diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya :

- a. kondisi fisik, termasuk di dalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf, kelenjar, dan sistem otot, kesehatan, dan penyakit.
- b. Perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional.
- c. Penentuan psikologis, termasuk di dalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentuan diri (*self-determination*), frustrasi, dan konflik.
- d. Kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah.
- e. Penentu kultural, termasuk agama. Faktor-faktor yang telah disebutkan di atas, terdapat faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu faktor kematangan emosi. Kematangan



emosi diperlukan oleh individu untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar.

Menurut Semiun (2006) menjelaskan bahwa kematangan emosi merupakan suatu acuan pada kapasitas seorang individu dalam kehidupan untuk mampu bereaksi sesuai dengan cara – cara yang bermanfaat, bukan dengan bereaksi seperti anak-anak Orang-orang yang emosinya matang mereka mampu bereaksi dengan tepat terhadap tuntutan-tuntutan dari situasi tertentu. Menurut Soeparwoto, dkk (dalam Kumalasari & Ahyani, 2012) faktor penyesuaian diri dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal

a. Faktor Internal

- 1) Motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif mendominasi.
- 2) Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dirinya sendiri, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial maupun aspek akademik. Individu dengan konsep diri tinggi akan lebih memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri yang menyenangkan dibanding Individu dengan konsep diri rendah, pesimis ataupun kurang yakin terhadap dirinya.
- 3) Persepsi, yaitu pengamatan dan penilaian individu terhadap objek, peristiwa dan kehidupan, baik melalui proses kognisi maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu.
- 4) Sikap, yaitu kecenderungan individu untuk berperilaku positif atau negatif. Individu yang bersikap positif terhadap segala sesuatu yang dihadapi akan lebih memiliki peluang untuk melakukan penyesuaian diri yang baik dari pada individu yang sering bersikap negatif.
- 5) Intelegensi dan minat, intelegensi merupakan modal untuk menalar, menganalisis, sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan penyesuaian diri. Ditambah faktor minat, pengaruhnya akan lebih nyata bila remaja telah memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian diri akan lebih cepat.
- 6) Kepribadian, pada prinsipnya tipe kepribadian ekstrovert akan lebih lentur dan dinamis, sehingga lebih mudah

melakukan penyesuaian diri dibanding tipe kepribadian introvert yang cenderung kaku dan statis.

b. Faktor Eksternal

- 1) Keluarga terutama pola asuh orang tua. Pada dasarnya pola asuh demokratis dengan suasana keterbukaan akan lebih memberikan peluang bagi individu untuk melakukan proses penyesuaian diri secara efektif.
- 2) Kondisi lingkungan. Kondisi lingkungan yang sehat akan memberikan landasan kepada individu untuk dapat bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis.
- 3) Kelompok sebaya. Hampir setiap individu memiliki teman-teman sebaya dalam bentuk kelompok. Kelompok teman sebaya ini ada yang menguntungkan pengembangan proses penyesuaian diri tetapi ada pula yang justru menghambat proses penyesuaian diri individu.
- 4) Prasangka sosial. Adanya kecenderungan sebagian masyarakat yang menaruh prasangka terhadap para individu, misalnya memberi label individu negatif, nakal, sukar diatur, suka menentang orang tua dan lain-lain, prasangka semacam itu jelas akan menjadi kendala dalam proses penyesuaian diri individu.
- 5) Hukum dan norma sosial. Bila suatu masyarakat benar-benar konsekuen menegakkan hukum dan norma-norma yang berlaku maka akan mengembangkan yang baik penyesuaian dirinya.

Berdasarkan dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu meliputi kondisi fisik, termasuk di dalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan saraf, kelenjar, dan sistem otot, kesehatan, dan penyakit, Perkembangan dan kematangan, khususnya kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional, Penentuan psikologis, termasuk di dalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentuan diri (self determination), frustrasi, dan konflik, Kondisi lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah, Penentu kultural, termasuk agama. Faktor-faktor yang telah disebutkan di atas, terdapat faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu faktor kematangan emosi. Kematangan emosi diperlukan oleh individu untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar.

#### 4. Penyesuaian Diri Menurut Islam

Penyesuaian diri dalam disiplin ilmu psikologi adalah suatu proses perubahan dalam diri dan lingkungan, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk hidup dan menghadapi keadaan tersebut sehingga tercapai dalam kepuasan dalam diri, hubungan dengan orang lain dan orang sekitar. Seperti yang tertuang dalam Al-Quran surat Al-Isra ayat 15.

Firman Allah Swt :

مَنْ أَهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۚ وَلَا

تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۚ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ تَبْعَثَ رَسُولًا ﴿١٥﴾

Artinya: “Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul “

Pada surat Al-Isra ayat 15 telah dijelaskan Allah telah mengingatkan kepada hambanya untuk dua hal yang pertama untuk menyelamatkan dirinya sesuai dengan hidayah ditunjukkan oleh Allah Swt, dan yang kedua mengingatkan kepada hambanya bahwa seseorang yang telah melakukan dan memilih jalan yang sesat akan menimbulkan kerugian pada dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa manusia selalu dituntut untuk menyesuaikan diri dimanapun ia berada, sehingga individu dapat menjalani kehidupannya dengan harmonis.

Allah SWT tidak akan mempersulit hambanya dalam aktifitas sehari-hari, kecuali bagi manusia yang mempersulitkan dirinya sendiri dengan meninggalkan perintah-Nya dan melakukan larangannya. Namun manusia mampu untuk berusaha dan berdo'a untuk mencapai tujuan dan impian yang telah diharapkan. Sebagaimana yang tersurat dalam Al-quran surat Al-Baqarah ayat 286 :

Firman Allah :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ

الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Artinya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebaskan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir".

Firman Allah swt dalam surat Al-Baqarah ayat 286 telah dapat ditarik kesimpulan bahwa Allah swt tidak akan membebani suatu permasalahan diluar batas kemampuan setiap manusia itu sendiri, meskipun permasalahan itu dianggap berat bagi manusia namun semua itu mampu untuk diselesaikan dengan selalu berusaha agar mendapatkan jalan keluar. Ketika seseorang mampu untuk melakukan yang terbaik dimana ia berada maka sebenarnya ia mampu untuk menyesuaikan diri dengan baik, dalam firman Allah swt dia atas telah diserukan bahwa setiap manusia yang mampu melakukan kebaikan yang sesuai dengan syariat islam maka Allah Swt akan memberikan pahala kepada hambanya dan sebaliknya.

## **B. Kematangan Emosi**

### **1. Pengertian Kematangan Emosi**

Menurut Chaplin (2011) kematangan emosi merupakan suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan individu tersebut tidak lagi menampilkan pola emosional seperti anak-anak. Individu yang sudah memiliki kematangan emosi akan menghadapi masalah dengan bereaksi secara stabil sehingga individu dapat mengambil keputusan atau berperilaku yang didasari oleh suatu pertimbangan.

Sedangkan menurut Yusuf (2011) kematangan emosi adalah kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya sendiri dan orang lain, serta mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif. Perkembangan emosi dalam diri seseorang akan mengalami peningkatan menuju kematangan emosi seiring dengan tahap-tahap perkembangan yang dialami.

Sementara itu Hurlock (2009) menjelaskan bahwa seseorang dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila orang tersebut dapat menilai situasi secara lebih kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang tidak matang. Orang tersebut tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

Walgito (2010) menjelaskan bahwa individu yang memiliki kematangan emosi adalah individu yang dapat mengendalikan emosinya maka individu akan berpikir secara matang, secara baik, obyektif. Orang lebih matang emosinya akan dapat mengontrol emosinya dengan baik, merespon stimulus dengan berpikir secara baik, tidak mudah frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa pendapat diatas peneliti dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan individu dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya secara baik terhadap orang lain juga lingkungan sekitarnya serta dapat menilai situasi secara kritis sebelum mengungkapkan emosinya.

## 2. Aspek-aspek Kematangan Emosi

Berdasarkan dari beberapa pendapat kematangan emosi memiliki beberapa aspek menurut Walgito (2010) yaitu antara lain:

- a. Kontrol Emosi, adalah kemampuan untuk mengelola, merespon, mengendalikan, dan mengekspresikan emosinya secara tepat. Ciri individu yang memiliki kontrol emosi yaitu individu memiliki emosi yang stabil, tidak bersifat impulsif, hanya merespon stimulus, yang tertuju pada dirinya, mampu melakukan kontrol terhadap emosinya, serta mampu mengekspresikan emosi yang lebih positif.
- b. Pengambilan Keputusan, Kemampuan untuk mengambil keputusan objektif dan penuh pertimbangan yang matang sehingga dapat melaksanakan sesuai dengan keputusan yang telah dibuat. Ciri individu yang memiliki kemampuan dalam mengambil keputusan, mampu mencari solusi dalam atas masalah dengan cara yang kreatif, serta keputusan yang diambil dapat diterima oleh orang lain.
- c. Tanggung jawab, kemampuan untuk menyelesaikan masalah secara bijak serta menerima konsekuensi dari perilakunya. Ciri individu dalam melaksanakan tanggung jawabnya tidak mudah frustrasi, menghadapi persoalan dengan penuh pengertian serta melakukannya dengan tanggung jawab yang baik.
- d. Penerimaan Diri dengan orang lain, kemampuan untuk menerima baik dirinya dan orang lain dalam menghadapi berbagai situasi. Ciri individu mampu menerima diri sendiri dan orang lain, mau mengakui kesalahannya, dapat menerima konsekuensi dari perilakunya, serta individu dapat diterima baik oleh orang lain.

Katkovsky dan Gorlow (dalam Rizqi, 2011) mengemukakan tujuh aspek kematangan emosi sebagai berikut :

- a. Kemandirian, mampu memutuskan apa yang dikehendaki dan bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambil.
- b. Kemampuan menerima kenyataan, mampu menerima kenyataan bahwa dirinya tidak selalu sama dengan orang lain, mempunyai kesempatan, kemampuan serta tingkat intelegensi yang berbeda dengan orang lain.

- c. Kemampuan menyesuaikan diri, orang yang matang emosinya mampu menyesuaikan diri dan mampu menerima beragam karakteristik orang serta mampu menghadapi situasi apapun.
- d. Kemampuan merespon dengan tepat, individu yang matang emosinya memiliki kepekaan untuk merespon terhadap kebutuhan emosi orang lain, baik yang diekspresikan maupun yang tidak diekspresikan.
- e. Merasa aman, individu yang memiliki kematangan emosi tinggi menyadari bahwa sebagai makhluk sosial ia memiliki ketergantungan pada orang lain.
- f. Kemampuan berempati, adalah kemampuan untuk menempatkan diri pada posisi orang lain dan memahami apa yang mereka pikirkan atau rasakan.
- g. Kemampuan untuk menahan amarah, individu yang matang emosinya dapat mengetahui hal-hal apa saja yang dapat membuatnya marah maka ia dapat mengendalikan amarahnya.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa aspek-aspek kematangan emosi adalah dapat mengontrol emosi dari dalam dirinya, mampu mengambil keputusan, dapat melaksanakan tanggung jawabnya serta menyelesaikan masalah yang dihadapinya, mampu untuk menerima dirinya dengan baik serta lingkungan disekitarnya.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi**

Menurut Hurlock (2009) hal-hal yang dapat mempengaruhi kematangan emosi adalah :

- a. Gambaran tentang situasi yang dapat menimbulkan reaksi-reaksi emosional.
- b. Membicarakan berbagai masalah pribadi dengan orang lain.
- c. Lingkungan sosial yang dapat menimbulkan perasaan aman dan keterbukaan dalam hubungan sosial.
- d. Belajar menggunakan katarsis emosi untuk menyalurkan emosi.
- e. Kebiasaan dalam memahami dan menguasai emosi (kematangan).

Menurut Young (dalam Zulaikha 2015) mengemukakan bahwa faktor-faktor kematangan emosi diantaranya sebagai berikut:



- a. Faktor Lingkungan , tempat hidup termasuk didalamnya yaitu lingkungan keluarga dan masyarakat. Keadaan keluarga yang tidak harmonis, terjadikeretakan dalam hubungan keluarga yang tidak ada ketentraman dalam keluarga dapat menimbulkan persepsi yang negatif pada diri individu. Begitu pula lingkungan sosial yang tidak memberikan rasa aman dan lingkungan sosial yang tidak mendukung juga akan mengganggu kematangan emosi.
- b. Faktor Individu , meliputi faktor kepribadian yang dipunyai individu. Adanya persepsi pada setiap individu dalam mengartikan sesuatu hal juga dapat menimbulkan gejolak emosi pada diri individu. Hal ini disebabkan oleh pikiran negatif, tidak realistik dan tidak sesuai dengan kenyataan. Kalau individu dapat membatalkan pikiran - pikiran yang keliru menjadi pikiran - pikiran yang benar, maka individu dapat menolong dirinya sendiri untuk mengatur emosinya sehingga dapat mempersepsikan sesuatu hal dengan baik.
- c. Faktor pengalaman, Pengalaman yang diperoleh individu selama hidupnya akan mempengaruhi kematangan emosinya. Pengalaman yang menyenangkan akan memberikan pengaruh yang positif terhadap individu, akan tetapi pengalaman yang tidak menyenangkan bila selalu terulang dapat memberi pengaruh negatif terhadap individu maupun terhadap kematangan emosi individu tersebut.

Berdasarkan uraian penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi meliputi faktor lingkungan, faktor individu dan faktor pengalaman.

### **C. Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri**

Menurut Hurlock (2009) Penyesuaian adalah seberapa jauh kepribadian individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat. Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam memenuhi salah satu kebutuhan pokok psikologis dan mampu menerima dirinya serta menikmati hidupnya tanpa jenis konflik dan mampu menerima kegiatan sosial serta mau ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di dalam lingkungan sekitarnya. Penyesuaian diri itu sendiri merupakan

proses bagaimana seseorang dapat mencapai keseimbangan dalam kebutuhan hidup, konflik, ketegangan,frustasi yang sering dialami. Serta belajar untuk bereaksi terhadap dirinya sendiri dari lingkungan dengan cara yang bermanfaat dan dapat menyelesaikan kesulitan-kesulitan pribadi tanpa mengalami gangguan tingkah laku, namun itu semua tergantung bagaimana setiap individu melakukannya yang baik sesuai dengan nilai-nilai dan norma yang berlaku di lingkungan masyarakat.

Jika seseorang mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain secara umum ataupun terhadap kelompoknya, dan memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan berarti ia telah diterima oleh kelompok atau lingkungannya. Dengan kata lain, orang itu mampu menyesuaikan sendiri dengan baik terhadap lingkungannya (Santrock, 2011).

Proses penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri baik internal maupun eksternal. Adapun eksternal yaitu : faktor fisiologis, faktor psikologis yang mencakup faktor pengalaman, seperti : persepsi, kematangan emosi, harga diri dan lain-lain, faktor belajar, determinasi diri, dan faktor konflik. Sedangkan faktor eksternal meliputi kematangan sosial, moral, lingkungan, agama dan budaya. (Fatimah, 2010).

Menurut Chaplin (2011) kematangan emosi merupakan suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan individu tersebut tidak lagi menampilkan pola emosional seperti anak-anak. Individu yang sudah memiliki kematangan emosi akan menghadapi masalah dengan bereaksi secara stabil sehingga individu dapat mengambil keputusan atau berperilaku yang didasari oleh suatu pertimbangan.

Sebagai makhluk sosial sering diliputi oleh keadaan yang memungkinkan timbulnya ketegangan atau gangguan emosi dan terkadang tidak sadar yang dirasakannya sehingga menimbulkan perkembangan emosi yang tidak stabil. Apabila individu tersebut tidak dapat mengendalikan gejala emosi akan terperangkap oleh keegoisannya dan akan mengakibatkan hal-hal yang bersifat negatif dalam dirinya.

Hurlock (2009) menjelaskan bahwa seseorang dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila orang tersebut dapat menilai

situasi secara lebih kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang tidak matang. Orang tersebut tidak “meledakkan” emosinya dihadapkan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Terkait penjelasan di atas bahwa salah satu faktor yang menimbulkan kurangnya penyesuaian diri pada mahasiswa perantau adalah kematangan emosi, hal ini sebagaimana diperkuat oleh hasil penelitian terdahulu, yang dilakukan oleh Firda Shafira (2015) tentang hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa merantau. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka akan semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Novia Karmiana (2016) tentang hubungan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau asal Lampung hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri.

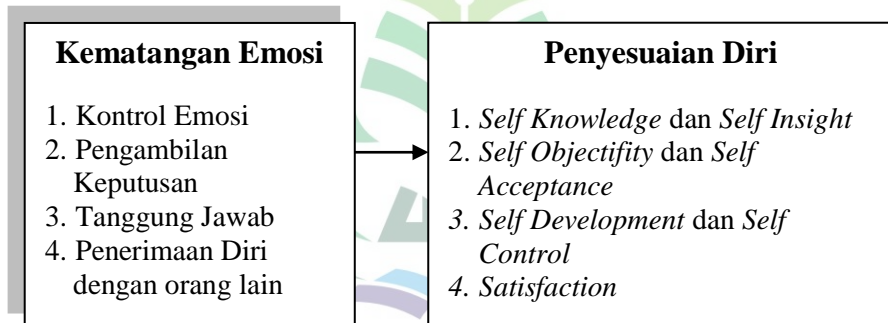
Sedangkan pada penelitian dari Aridhona (2017) terkait penyesuaian diri yang ditinjau dari dua variabel yaitu kecerdasan spiritual dan kematangan emosi pada remaja mengungkapkan bahwa ada hubungan positif yang berarti semakin baik kecerdasan spiritual dan kematangan emosi remaja maka semakin baik pula dengan penyesuaian diri pada remaja.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fitri Rahmawati (2017) tentang hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan pada remaja penyandang cacat tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta. Berdasarkan analisis data yang diperoleh koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = 0,512$ , sehingga hipotesis yang diajukan dapat diterima. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan pada remaja penyandang cacat tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso

Surakarta, yang artinya semakin tinggi kematangan emosi pada subjek maka akan semakin tinggi pula penyesuaian dirinya terhadap lingkungan.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri saling mempengaruhi karena penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu dapat mengubah perilaku agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan lingkungannya serta bagaimana individu dapat memahami dirinya sendiri dan juga kepada orang lain. Seorang individu dapat dikatakan berhasil dalam menyesuaikan diri apabila memiliki kematangan emosi yang baik, kematangan emosi adalah kemampuan dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya dengan baik serta bagaimana individu belajar untuk tidak mementingkan dirinya sendiri tetapi mempertimbangkan perasaan orang lain.

#### D. Kerangka Berpikir



Gambar 1.

#### Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau

Mahasiswa merupakan seorang individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswa sendiri adalah perkumpulan makhluk sosial yang berasal dari berbagai daerah yang datang untuk menimba ilmu, menambah teman baru, mencari pengalaman, serta untuk meningkatkan potensi dan kemampuan yang dimiliki agar kelak dapat bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain (Yusuf & Sugandhi, 2011).

Usia mahasiswa untuk strata 1 (S1) pada umumnya berkisar antara 18-25 tahun dalam kategori psikologi berada pada masa remaja akhir dan mulai memasuki dewasa awal. Pada masa ini individu masih

sering menampakkan ketidak dewasaan, masih terombang-ambing dan tergantung kepada orang lain (Nurhayati, 2018).

Mahasiswa identik dengan perantau, lokasi universitas yang tersebar di seluruh indonesia serta proses seleksi masuk universitas menyebabkan mahasiswa harus pergi ke berbagai daerah. Sebagai mahasiswa perantau dituntut untuk belajar mandiri dan bertahan hidup di lingkungan yang berbeda dari tempat asalnya serta jauh dari segala fasilitas dan kenyamanan yang tersedia di rumah. Mahasiswa perantau harus pintar untuk mengelola keuangan yang diperoleh setiap bulannya dari orang tua, setiap kebutuhan ekonomi mahasiswa rantau berbeda-beda tergantung kebutuhan yang ingin dicapainya (Yusuf & Sugandhi, 2011).

Sebagai pendatang baru mahasiswa perantau dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru karena akan bertemu dengan orang-orang yang berasal dari latar belakang suku dan budaya yang berbeda. Penyesuaian diri mahasiswa perantau tidak terlepas dari proses belajar dalam berinteraksi dengan masyarakat untuk mencapai keberlangsungan hidup yang selaras di lingkungan sekitar tempat tinggal. Jika seseorang mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain secara umum ataupun terhadap kelompoknya, dan memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan berarti ia telah diterima oleh kelompok atau lingkungannya. Dengan kata lain, orang itu mampu menyesuaikan sendiri dengan baik terhadap lingkungannya (Santrock, 2011).

Proses penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri baik internal maupun eksternal. Adapun eksternal yaitu faktor fisiologis, faktor psikologis yang mencakup faktor pengalaman, seperti : persepsi, kematangan emosi, harga diri dan lain-lain. Sedangkan faktor internal meliputi sosial, moral, lingkungan budaya dan agama (Santrock, 2011).

Kematangan emosi merupakan suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan individu tersebut tidak lagi menampilkan pola emosional seperti anak-anak. Individu yang sudah memiliki kematangan emosi akan menghadapi masalah dengan bereaksi secara stabil sehingga individu dapat mengambil keputusan atau berperilaku yang didasari oleh suatu pertimbangan (Chaplin, 2014).

### **E. Hipotesis**

Berdasarkan penjelasan diatas, maka hipotesis yang diajukan adalah Ada Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani, L.N. & Kumalasari, F. 2012. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Penelitian Kudus*.
- Aridhona, J. 2017. Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Remaja. *Jurnal Psikologi Ilmiah*. 224-233. November 2017.
- Asih, Y. G & Pratiwi, S. M.M. 2010. Perilaku Prosocial Ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Maria Kudus*. Vol.1. No. 1. Desember 2010.
- Azwar, S. 2009. *Efek Seleksi Aitem Berdasar Daya Diskriminasi Terhadap Reliabilitas Skor Tes*, *Buletin Psikologi*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Vol. XVII, No. 1, 28-32.
- , 2015. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta. Pustaka Belajar
- , 2017. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Chaplin, J. P. 2014, *Kamus Lengkap Psikologi*. Kartini Kartono (Pen). Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Desmita, 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Eriningtyas, R. 2018. Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Kecenderungan Perilaku Berselingkuh Pada Individu Menikah. *Skripsi*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Fatimah, E 2010. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Cv. Pustaka Setia.
- Fitriyani, R 2008. Hubungan Adversity Questient Dengan Penyesuaian Diri Sosial Pada Mahasiswa Perantau Di UIN Syarif Hidayatullah. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Gerungan. (2012) *Psikologi Sosial*, Bandung : Refika Aditama
- Ghufron N. dan Risnawati R. (2010) *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta : Ar-ruz Media.
- Hadi, S. 2017. *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta : Andi Yogyakarta.
- Handono. T. O & Bashori, K. 2013. Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stress Lingkungan Pada Santri Baru. *Jurnal Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*. Vol 1. No 2. Desember 2013.



- Hellfeldt, K., Gill, P. E., & Johansson, B. 2018. Longitudinal Analysis of Links Between Bullying Victimization and Psychosomatic Maladjustment in Swedish School children. *Journal of School Violence*, 17 86–98. <https://doi.org/10.1080/15388220.2016.1222498>.
- Hurlock, EB .2009. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Karmiana ,N. 2015. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau Asal Lampung, *Skripsi*. Surakarta : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Khoyroh, I. 2016. Hubungan Antara Keterbukaan Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Yang Menjalani Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Tematik Posdaya Berbasis Masjid, *Skripsi*. Malang : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Lingga, R.W & Tuapattinaja, J.M 2012. *Gambaran Virtue Mahasiswa Perantau*. Predicara Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara Vol 1. No 2. Desember 2012.
- Listyasari, D.W. 2013. Gambaran Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. Vol. 2, No. 1, April 2013.
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in Schools: The State of Knowledge and Effective Interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 22(sup1), 240 <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740>.
- Mubarak F. A 2012. Penyesuaian Diri Para Pendetang di Lingkungan Baru. *Journal of Social and Industrial Psychology*.
- Muzakkiyah, N. & Suharnan 2016. Religiusitas, Penyesuaian Diri, Subjective Well Being. *Jurnal Psikologi Indonesia Universitas* 17 Agustus 1945 Surabaya. Vol 05, No.1. Januari 2016.
- Nadzir, I. A & Wulandari, W. N 2013. Hubungan Religiusitas dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Tabularasa* Vol. 8. No, 2. Agustus 2013.
- Naim, Mochtar. 2013 Merantau, Pola migrasi suku Minangkabau. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Nashukah, F. & Darmawanti, I. 2013. Perbedaan Kematangan Emosi Remaja ditinjau dari Struktur Keluarga. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*. Vol. 3. No. 2. Februari 2013.

- Ningrum, P. R. 2013. Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja (Studi Pada Remaja Sekolah Menengah Atas/Kejuruan di Kota Samarinda). *E-Journal Psikologi Vol. 1 No. 1*.
- Nurhayati, E. 2018. *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nugraheni, W.A 2017 Pengaruh Kemandirian dan Penyesuaian Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 3 Cepu, *Skripsi*. Malang : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Pastey, G.S. & Aminbhavi, V. A. 2006. Impact of Emotional Maturity on Stress and Self Confidence of Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. Vol. 32. No, 1.
- Rahmawati, F. 2017. Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Terhadap Lingkungan Pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh Di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD). Prof.DR. Soeharso Jakarta. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah.
- Rizki, M. I. 2011. Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury pada Remaja. *Skripsi*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Psikologi.
- Rohit Sharma, Khalpna Prabhakar & Prof. A. V. S. Madnavat. 2013 A Study Relationship between Emotonal Maturiy & Adjustment for School Students. *The International Journal Of Indian Psychology*. Vol. 1, 2348-5396. December 2013.
- Sekol, I., & Farrington, D. P. 2016. Personal Characteristics of Bullying Victims in Residential Care for Youth. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 8(2) 99–113. <https://doi.org/10.1108/JACPR-11-2015-0198>.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta : Erlangga.
- Shafira, F.(2015). Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau, *Skripsi*. Surakarta : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sugiyono. 2015 *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D)* Bandung: CV Alfabeta.
- Susilowati, E. 2013. Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Akselerasi Tingkat SMP. *Jurnal Online Psikologi*, Volume 1 (1).
- Walgito, B. 2010 *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta : ANDI
- Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. 2011. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.

Zulaikha,S.(2015).Hubungan Kematangan Emosi dengan Kemampuan Bekerjasama Mahasiswa-Mahasiswi Kuliah Kerja Nyata (KKN) Alternatif Tahap II UNNES, *Skripsi*. Semarang : Fakultas Pendidikan Universitas Negeri Semarang.

